

## Vejledning vedrørende NADA

Vejledningen er gældende:

Fra dags dato og revideres minimum hvert andet år af ledelse og tovholder for NADA.

Vejledningen omfatter:

Alle personer – sundhedsfaglige som ikke-sundhedsfaglige – som er certificerede til at give NADA og godkendt af institutionens ledelse til dette formål.

### Hvad er NADA

NADA er en recovery- og empowerment metode udviklet af psykiater Michael Smith og medarbejdere på Lincoln Hospital, South Bronx, NYC, USA i 1974, som skal anvendes komplementært sammen med andre aktiviteter. NADA er desuden en forening, der blev dannet i 1985 med det formål at dokumentere og harmonisere NADA, som en recovery- og komplementær hjælp til selvhjælp metode for alle uanset økonomisk formåen. NADA er et supplement til de primære aktiviteter, behandlinger, pleje, pædagogik, coaching og terapi. NADA er således en supplerende aktivitet, som kan anvendes ved alle former for rehabilitering. NADA behandler ikke sygdomme, metoden står ikke alene og retter sig ikke mod specifikke lægelige diagnoser. NADA-metoden består af fem akupunkturpunkter i øret, som stimuleres af sterile engangsnåle i 45 minutter medens borgeren forholder sig i ro.

### Formål

NADA anvendes som komplementær recovery-metode til at øge udbyttet af det samlede tilbud. NADA erstatter ikke andre indsatser eller behandlinger men komplementerer disse. NADA kan anvendes i akutte situationer til lindring af symptomer som eksempelvis angst, uro, forstyrret søvn, frustration, vrede, abstinenser, depressive symptomer, nedsat koncentrationsevne og manglende fokus samt tilstande udløst af stress. NADAs primære formål er at styrke borgerens egne ressourcer via et struktureret og længerevarende forløb, så tilbagefald forebygges og den samlede indsats styrkes. Ifølge Socialstyrelsen er NADA sammen med motion den mest anvendte metode i Danmark ved medicin-pædagogik (ISBN 978-87-92905-45-1 eller [www.socialstyrelsen.dk/medicinpaedagogik](http://www.socialstyrelsen.dk/medicinpaedagogik)).

### Hvem må give NADA

NADA må udføres af certificerede NADA-udøvere, som har gennemført certificering hos NADA-Danmark.

### Uddelegering

Autoriserede sundhedspersoner:

Sygeplejersker, social og sundhedsassistenter og andre autoriserede sundhedspersoner er - med baggrund i deres uddannelse og dermed opnåede kompetence som sundhedsfaglige personer – forpligtet til at udføre deres gerning med ”omhu og samvittighedsfuldhed” uanset om arbejdet leveres efter Sundhedsloven eller Serviceloven. De skal således overholde de af den ansvarlige ledelse udstukne rammer for NADA. Ledelsen behøver ikke bestå af lægelig eller sundhedsfaglige personer. Nåleakupunktur kræver ikke lægelig supervision eller uddelegering (se afsnit om *relevant lovgivning* nedenfor). Personalet skal anvende de af ledelsen udvalgte metoder til registrering, dokumentation og kvalitetssikring af NADA.

Ikke-autoriserede sundhedspersoner:

Vikarer, ikke sundhedsfaglig autoriserede eller ikke sundhedsfagligt uddannede medarbejdere er ikke ansvarlige i henhold til Autorisationslovgivningen, men de er forpligtet i form af medansvar. Alle personer – såvel sundhedspersoner som ikke-sundhedspersoner – kan udføre nåleakupunktur og dermed NADA (se afsnit om *relevant lovgivning* nedenfor).

## **Hvem kan modtage NADA**

Alle borgere kan modtage NADA som supplement uanset baggrund, diagnose, medicinsk- eller anden behandling. NADA kan gives i akutte såvel som stabile perioder.

NADA kan således også gives til gravide, organtransplanterede, personer i behandling med blodfortyndende medicin, medicin- og stofpåvirkede samt til angst og psykotiske personer. Borgeren skal dog være i stand til forstå metoden samt acceptere denne.

NADA gives som et tilbud på frivillig basis og skal være accepteret af borgeren.

NADA må ikke gives til børn under 7 år (dette kræver en fuld akupunkturuddannelse med pædiatrisk akupunktur). (se desuden afsnittet *unge* nedenfor). Ved personer under 18 år skal forældre give skriftlig tilladelse. Det samme gælder for værger til personer, som ikke skønnes selv at være i stand til at træffe beslutning på oplyst grundlag.

For bloddonorer gælder de almindelige regler om, at man får karantæne i blodbanken, medmindre NADA er udført af sundhedspersonale.

## **Udstyr**

CE-mærkede og godkendte sterile engangsnåle 7 eller 13 mm lange og 0,20 tykke, hvor udløbsdatoen for sidste anvendelse ikke er overskredet (ASP- og permanente nåle må ikke anvendes). Nålene er lavet af kirurgisk stål og slebet så de ikke laver arvæv.

Håndsprit samt spritserviet til desinfektion af godkendt type (ethanolgel 85% eller tilsvarende).

Autoriseret gul kanyleboks til nåleaffald.

Vatpinde, som opbevares i rent miljø.

## **Affald**

Kanylebokse afleveres på apotek eller genbrugsstation forsvarligt emballeret.

Brugte vatpinde og spritservietter kasseres i skraldespande beregnet hertil (indeholdende plasticpose som lukkes efterfølgende).

## **Virkning**

NADA øger udbyttet af de primære tilbud. NADA øger mentalt fokus og fremmer udbyttet af vejledning, rehabilitering, coaching og terapi. NADA forbedrer samarbejdet (compliance) med borgeren og forebygger tilbagefald. NADA virker beroligende og har en positiv effekt på angst, psykisk og motorisk uro, fysisk og psykisk stress, tankemylder, søvnproblemer, vrede og aggression, abstinens- og depressive symptomer. NADA stabiliserer det sympatiske og parasympatiske nervesystem.

## **Bivirkninger og risici**

Siden NADA blev indført i 1974 er der ikke indberettet alvorlige bivirkninger ved protokollen. Forbigående hovedpine ses i enkelte tilfælde.

Nålereaktion med vaso-vagalt blodtryksfald ses i ganske få tilfælde ved NADA. Infektion af øret efter NADA, som følge af sterile engangsnåle, ses uhyre sjældent (i tilfælde af nålereaktion eller symptomer på infektion se bilag 2.).

Der er beskrevet ganske få ikke farlige type-4 allergiske reaktioner efter NADA (nålene er lavet af kirurgisk stål, som er allergivenlige).

Overførsel af smitte er en risiko ved invasiv aktivitet generelt. Dette er aldrig beskrevet ved NADA.

Eventuel stikskade skal i alle tilfælde rapporteres. Er der begrundet risiko for smitte, skal man konsultere læge hurtigst muligt og indenfor 24 timer.

## **Andre symptomer**

Man kan af og til opleve ømhed af et akupunkturpunkt i øret, hvilket er udtryk for en god effekt. De effektive akupunkturpunkter har en lavere hudmodstand og derfor øget forbigående sensitivitet.

Omkring 5 procent af tilfældene kan der komme en eller få dråber blod, når nålen fjernes, hvilket også er udtryk for, at et godt resultat må forventes.

Man kan nogle gange registrere snurrende og lignende fornemmelser flere steder i kroppen som følge af øget blodgennemstrømning. Forbigående kløe kan i enkelte tilfælde optræde i øret under NADA. Reaktionerne er ikke bivirkninger, men resultat af en positiv respons.

## **Rammer**

Rammer for NADA og intervaller tilrettelægges ud fra formålet med at anvende NADA i det enkelte tilfælde. Antal NADA-aktiviteter og rammer tilpasses borgerens behov, hvorfor forløb kan variere.

Ved svære symptomer samt opstart af et forløb anbefales det at indlede med NADA 4-5 gange om ugen de første to uger. I den akutte fase (opstart) kan NADA ikke overdrives. Man kan derfor tilbyde NADA to gange dagligt om nødvendigt. Jo oftere NADA gives, des hurtigere kan resultater forventes.

Herefter kan man fortsætte med at tilbyde NADA 2-3 gange om ugen alt efter behov. Når symptomerne er reduceret og borgeren oplever stabilitet, kan man stoppe eller blot tilbyde NADA ved behov. Et nyt NADA-forløb kan altid genoptages som beskrevet ovenfor.

Ved forebyggende og rehabiliterende aktiviteter anbefales NADA minimum 2 gange om ugen. Evaluer efter 20 gange eller ved behov.

NADA kan desuden tilbydes efter behov (pn) hele døgnet til at afhjælpe konkrete symptomer her og nu.

NADA er ikke en medicinsk behandling, kirurgisk indgreb eller lægelig behandling (se også *relevant lovgivning* nedenfor). NADA kræver ikke et specielt rum til formålet. Dog skal udstyr, affaldsspand og hånddesinfektionsmaterialer skal være tilstede i lokalet.

NADA er som udgangspunkt en gruppeaktivitet, men kan gives individuelt. Det tilstræbes at borgeren sidder i ro med sig selv (evt. ligger ned) i 45 minutter. Borgeren må ikke gå rundt med nåle i ørerne. NADA kan til enhver tid afbrydes, når borgeren ønsker det. Personalet fjerner nålene og sikrer at alle nåle kommer i en autoriseret kanyleboks.

Hvis NADA udføres i borgerens eget hjem eller værelse, skal aktiviteten også færdiggøres af personalet. I særlige tilfælde kan borgeren selv fjerne nålene og putte dem i en autoriseret kanyleboks. Dette forudsætter, at beboeren sikkert kan varetage denne opgave og skriftligt har givet tilsagn herom. Desuden skal fremgangsmåden skriftligt være godkendt af ledelsen.

## Fremgangsmåde

Inden NADA:

Borgeren skal være klar og sidde komfortabelt. Undersøg herefter øret for de fem zoner, som anvendes ved NADA. Se efter arvæv, blå mærker, modermærker og beskadiget hud (dvs. udtalt eksem og sår), hvor nåle ikke skal placeres.

Medbring al udstyr og hav det parat så sessionen ikke skal afbrydes.

Herefter spritter borgeren selv øret af og personalet spritter deres hænder. Spritten skal virke i 30 sekunder inden første nål sættes. Desuden skal vejledning om håndhygiejne overholdes.

Tjek datomærkning for nålene inden de anvendes. Alle nåle skal holdes sterile – dvs. nålespidsen må ikke have været i berøring med andet end borgerens hud. Ved mindste tvivl kasseres nålen.

Teknik ved NADA:

Personalet skal udvise omhu og være opmærksomme under hele forløbet.

NADA består udelukkende af de fem ørepunkter, som stikkes på begge ører (bilataralt). Anvend lokalisering og vinkler som beskrevet i NADA-metoden v. Lars Wiinblad (s. 41-42 i 2013 udg. og s. 51-54 i 2018 udg.).

Ved NADA anvendes sterile engangsnåle med styrkende (toniserende) teknik, hvor nålen roteres i et sekund. Nålen isættes når borgeren puster ud (ekspiration). Nålen skal sidde fast men højst være ca. 3 mm inde i vævet. Når nålen sidder korrekt, skal den ikke stimuleres yderligere. Løsner en nål sig i løbet af 30 minutter, skal den dog strammes på plads igen. Alle nåle, som tages ud af øret, må ikke genanvendes. Kassér dem straks i en autoriseret kanyleboks og anvend herefter en ny steril nål.

Handsker anvendes ikke, når nålene sættes. Når NADA afsluttes fjernes nålene altid en ad gangen og placeres direkte i en autoriseret kanyleboks. Skulle en dråbe blod vise sig, når en nål fjernes, skal man bruge en ren vatpind til aftørring. Denne kasseres herefter på forsvarlig vis som beskrevet i afsnittet om affald ovenfor. Hvis vat eller tilsvarende rent aftørringsmateriale anvendes i stedet for en vatpind, skal personalet anvende engangshandsker i denne del af processen.

En NADA-aktivitet varer 45 minutter (vejledende), men nålene kan udmærket sidde i længere tid hos voksne (personer over 16 år).

For unge er tiden som udgangspunkt kortere (20-30 min.) og man kan nøjes med tre nåle. Mht. værge eller forældreaccept til unge under 18 år skal NADA godkendes af disse. Se også afsnittet *Hvem kan modtage NADA* ovenfor.

Vejledning af borgeren:

Der er meget få krav forbundet med at modtage NADA. Metoden kræver ikke forberedelse og ingen indsats efterfølgende. Al anden aktivitet eller behandling eksempelvis med medicin kan fortsætte som vanligt. Man skal ikke drikke ekstra væske eller hvile sig efter NADA.

NADA kan modtages siddende eller liggende alt efter ønske. Piercinger og smykker kan beholdes på.

Skulle man en sjælden gang få et blå mærke efter NADA, masseres dette i et til to minutter nogle gange i løbet af dagen, hvorefter det aftager.

Borgeren skal forholde sig i ro med nålene uden hele NADA-aktiviteten, som startes og afsluttes i de samme lokaler. Man må ikke gå rundt med nålene i ørerne. Det er ikke tilladt at køre bil med nålene i ørerne. Se desuden afsnittet fremgangsmåde ovenfor.

## **Kvalitetssikring og dokumentation**

NADA-aktiviteterne registreres og dokumenteres efter ledelsens forskrifter. Tovholderen for NADA evaluerer og reviderer - i samarbejde med ledelsen - løbende målsætning, rammer og organisering af NADA samt reviderer *Vejledning vedrørende NADA* mindst en gang hvert andet år. Tovholderen står for at sikre kontinuitet, kvalitet og vejledning af personalet, som udøver NADA i deres virke. NADA-udøverne er forpligtet til at holde sig fagligt ajour gennem NADA-metoden v. Lars Wiinblad samt anden faglig vejledning arrangeret af tovholder og ledelse.

## **Relevant lovgivning**

Sundhedsstyrelsen og Styrelsen for Patientsikkerhed henviser vejledende til nedenstående love og bekendtgørelser.

### **Fra 1. januar 2007 er det tilladt alle, såvel personer med som uden autorisation, at benytte nåleakupunktur i behandlingsmæssigt øjemed.**

Forudsætningen herfor er, at patienternes helbred ikke herved bringes i påviselig fare. For nærmere oplysning om bestemmelserne om fareforvoldelse, se §§ 73 og 87 i bekendtgørelse nr. 877 af 4. august 2011 af lov om autorisation af sundhedspersoner og om sundhedsfaglig virksomhed.

**Ændringerne omfatter alene nåleakupunktur** og ikke injektion af lægemidler, naturmedicin, mv., der fortsat er forbeholdt læger og andre personer, der har en særlig hjemmel hertil i lovgivningen.

Bekendtgørelse nr. 877 af 4. august 2011 af **lov om autorisation af sundhedspersoner og sundhedsfaglig virksomhed** (§§ 73 og 87), som er ændret ved lov nr. 656 á 8. juni 2016 (autorisationsloven):

§ 73. En person, der ikke har autorisation efter denne lov, kan behandle syge, jf. dog § 1, stk. 3, og § 74. Den pågældende må dog ikke i den forbindelse udsætte nogen personers helbred for påviselig fare.

§ 74, stk. 2. En person, der ikke har autorisation som læge, må ikke, medmindre andet er særligt lovhjemlet, foretage operative indgreb, iværksætte fuldstændig eller lokal bedøvelse, yde fødselshjælp, anvende lægemidler, der kun må udleveres fra apotekerne mod recept, eller anvende røntgen- eller radiumbehandling eller behandlingsmetoder med elektriske apparater, mod hvis anvendelse af uautoriserede personer Sundhedsstyrelsen har nedlagt forbud på grund af behandlingens farlighed.

Stk. 3. Nåleakupunkturbehandling er ikke omfattet af bestemmelsen i stk. 2. Dette blev ændret ved lovændring 1. januar 2007.

Nåleakupunktur kan således foretages af alle, såvel personer med og uden autorisation, under forudsætning af, at de opfylder betingelsen i § 73 om ikke i forbindelse hermed at udsætte andres helbred for påviselig fare.

### **Kvaksalveri**

3. marts 2009, Opdateret 27. marts 2009

Det fremgår af lov om autorisation af sundhedspersoner og om sundhedsfaglig virksomhed § 73, at en person, der ikke har autorisation efter denne lov, godt må behandle syge. Den pågældende må dog ikke i den forbindelse udsætte andres helbred for påviselig fare.

Som undtagelse til § 73 skal nævnes, at nogle af de autoriserede sundhedspersoner er autoriseret til at udføre bestemt sundhedsfaglig virksomhed (jf. § 74 i samme lov). Man må således ikke behandle syge med en behandlingsform, der er forholdt autoriserede sundhedspersoner.

For supplerende informationer om NADA mht. indikationer, metode, teknik, fremgangsmåde og referencer mv. se NADA-metoden v. Lars Wiinblad, 2018.

**Vejledning for NADA er godkendt d.**

**af:**

**Vejledning for NADA godkendes/revideres næste gang senest d.**

## **Bilag 1. Konkret handleplan ved nålereaktion og symptomer på infektion**

### **Nålereaktion**

Det er særdeles sjældent, at borgeren bliver utilpas og svimmel under NADA. Skulle det mod forventning alligevel ske, er anfaldet ufarligt og vil hurtigt klinge af. Der er tale om en nervøs vagus reaktion med blodtryksfald. Reaktionen er alment kendt ved eksempelvis besøg hos tandlægen.

I tilfælde af en nålereaktion skal NADA-udøvereren gøre følgende:

- Bevare roen i situationen.
- Fjern nålene og hjælp borgeren med at tage hovedet ned mellem benene eller lægge sig ned, hvis ikke svimmelheden omgående aftager.
- Berolig borgeren og bliv hos denne til anfaldet klinger af (typisk få minutter).
- Giv herefter borgeren et glas vand eller saft, når denne er frisk igen.
- Efter 24 timer kan NADA genoptages. Borgeren kan evt. ligge ned de første par gange, hvilket forebygger svimmelhed. Evt. kan man de næste par gange nøjes med at give tre nåle i stedet for fem.
- Hvis anfaldet ikke klinger af i løbet af få minutter og borgeren mister bevidstheden, skal man straks rekvirere akut hjælp (i så tilfælde er årsagen en anden end nålereaktionen og har intet med NADA at gøre). I ventetiden ydes almindelig førstehjælp.

### **Handleplan ved symptomer på infektion**

Symptomer på infektion er aldrig indberettet som følge af NADA. Personalet skal være alligevel være opmærksomme og kende symptomerne.

Vær opmærksom på følgende infektionstegn i øret de første 24 timer efter NADA:

- Rødme, hævelse, dunkende og vedvarende smerte, som ikke aftager efter 2-3 timer samt varmekølelse.

Borgeren skal være bekendt med ovenstående og kontakte personalet, hvis symptomerne skulle opstå. Rens øret grundigt med ethanolgel 85% eller tilsvarende godkendt desinfektionsmiddel eller varmt vand og sæbe. Ved mere alvorlige infektioner – eller ved tvivl – søg da læge. NADA gives først, når symptomerne er forsvundet igen.

Yderligere informationer se kap. 3 forholdsregler og kap 6 NADA-metoden i praksis i NADA-metoden v. Lars Wiinblad, 2018.


## Bilag 2. Supplerende metoder som ikke er NADA

### Yintang

Virkning:

- **Dæmper tankemylder generelt**
- Fremmer fokuseret tænkning, ro og koncentration
- Dæmper psykisk stress

Yintang er supplerende til NADA, og er ikke en del af NADA-protokollen. Yintang er til symptomatisk behandling og skal kun bruges i akutte situationer. Dvs. en sjælden gang og altid sammen med NADA. Yintang sidder i 45 minutter sammen med NADA-punkterne.

<p><b>Placering:</b> Punktet stikkes midt mellem øjenbrynenes mediale spidser oppefra med en vinkel på ca. 15-20 grader. Punktet ligger ca. 5-8 mm. under øjenbrynslinjen eller ca. 4 mm. over næsebenets møde med pandebenet.</p> <p><b>Teknik:</b> Klem sammen med fingrene omkring huden og stik skråt nedad ca. 10 mm. i en 15-20 graders vinkel. Stik først ca. 3 mm. igennem huden. Herefter føres nålen ca. 1 cm. ind i vævet. Stik oppefra i retning af næsebenet. Nålen må ikke roteres. Fortsæt hele indstikket med samme vinkel for at undgå, at nålen kommer i spænd i vævet. Når Yintang er sat, må den ikke føles ubehagelig. Roter nålen en anelse, hvis dette er tilfældet. Brug altid 13 mm. nåle til Yintang.</p> <p><b>Bivirkning:</b> Blåt mærke kan optræde en sjælden gang. Dette fjernes ved massage i to minutter ad gangen.</p>	
--	---

### Magnetiske ørekugler

Shen men og shen men reverse (på bagsiden af øret) kan behandles med magnetiske ørekugler imellem to NADA-aktiviteter. Borgeren kan også gå med kuglerne i en periode, når der er behov for dette.

**Virkning:** Magnetismen og det lille tryk på punktet dæmper angst, lettere depressive symptomer, uro og afhjælper dårlig søvn. Punktet kan aktiveres flere gange om dagen ved et tryk på ca. 30 sekunder, hvorved den umiddelbare symptomatiske effekt forstærkes.

**Kugletype:** Magnetisk 100 gauss guldbelagt ørekugle, som allergivenlig og kan tåles af alle herunder børn.

Vær opmærksom på tryksår (decubitus), som kan optræde i sjældne tilfælde. Når ørekugler anvendes, skal borgeren tilses mindst en gang om ugen og øret observeres for ømhed, dunken, rødme eller svien. I disse symptomer tilstede, holdes pause en uge eller til symptomerne er forsvundet.

Yderligere informationer se kap. 21 ørekugleplastre i NADA-metoden v. Lars Wiinblad, 2018.



